ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਦਾ ਸੰਚਾਲਨ

Lifestyle management

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜੀਵਨ-ਸ਼ੈਲੀ ਨੂੰ ਸੁਚੱਜਾ ਬਣਾ ਕੇ ਕੈਂਸਰ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਵਿਚ ਬੜੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤਮਾਕੂਨੋਸ਼ੀ ਕਈ ਕਿਸਮ ਦੇ ਕੈਂਸਰਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਤਮਾਕੂਨੋਸ਼ੀ ਕਰਦੇ ਹੋ- ਤਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਛੱਡਣ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ ਅਤੇ ਤਮਾਕੂਨੋਸ਼ੀ ਛੱਡਣ ਲਈ ਮਦਦ ਵਾਸਤੇ ਸਿਹਤ-ਸੰਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨਾਲ ਗਲ ਕਰੋ। www.quitnow.ca

ਖ਼ੁਰਾਕ – ਸਿਹਤਮੰਦ ਸਰੀਰਕ ਭਾਰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਓ। ਖਾਣੇ ਦੇ 4 ਗਰੁੱਪਾਂ ਵਿਚੋਂ ਸੰਤੁਲਿਤ ਖ਼ੁਰਾਕ ਖਾਓ। ਫਲ, ਸਬਜ਼ੀਆਂ, ਸਾਬਤ ਅਨਾਜ ਅਤੇ ਫਲੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚੁਣੋ। ਲਾਲ ਮੀਟ ਸੀਮਾ ਵਿਚ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਮਸ਼ੀਨੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਬਣੇ ਮੀਟ ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਰੀਕ ਕੀਤੇ ਖਾਣਿਆਂ ਦਾ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ। ਜ਼ਿਆਦਾ ਕੈਲਰੀਜ਼, ਸ਼ੂਗਰ ਅਤੇ ਫ਼ੈਟ ਵਾਲੇ ਖਾਣੇ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਰੇਸ਼ਾ, ਵਿਟਾਮਿਨ ਅਤੇ ਖਣਿਜ ਘੱਟ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ।

ਕੈਨੇਡਾ ਦੀ ਖਾਣਾ ਗਾਈਡ:
www.hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/index-eng.php

ਕੈਂਸਰ ਖੋਜ ਦੀ ਅਮਰੀਕਨ ਇਨਸਟੀਚਿਊਟ:
www.aicr.org

ਡਾਇਟੀਸ਼ੀਅਨ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ:

ਵੈਨਕੂਵਰ: 604.732.9191

ਮੁਫ਼ਤ ਫ਼ੋਨ: 1.800.667.3438

ਵਰਜਸ਼- 30-60 ਮਿੰਟ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਸਰੀਰਕ ਸਰਗਰਮੀ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਦਿਨ ਵਿਚ ਥੋੜ੍ਹਾ ਥੋੜ੍ਹਾ ਸਮਾਂ ਕਰ ਕੇ ਕਈ ਵਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਹੋਰ ਉਪਲਬਧ ਸਹਾਇਤਾ

Other available supports

ਤੁਹਾਡੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚ ਵੱਡੀ ਆਂਤ ਦੇ ਕੈਂਸਰ (Colorectal Cancer) ਮਦਦ ਗਰੁੱਪ ਸਿੱਖਿਆ ਦੇਣ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਮੌਜੂਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਅਤੇ ਪਰਵਾਰਾਂ ਦੇ ਸਲਾਹ ਮਸ਼ਵਰੇ ਲਈ ਬੀ.ਸੀ.ਸੀ.ਏ. ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਜਾਂ ਇਹ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ:

http://www.bccancer.bc.ca/PPI/default.htm

ਇਸੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੇ ਬੀ.ਸੀ.ਸੀ.ਏ. ਦੀ ਲਾਇਬ੍ਰੇਰੀ ਵਿਚੋਂ ਵੀ ਕਾਫ਼ੀ ਚੰਗੇ ਸਰੋਤ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਹੋਰ ਲਾਭਦਾਇਕ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ

www.cancer.ca

www.colorectal-cancer.ca

www.coloncancercanada.ca

www.livestrong.org

www.cancer.net

ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖ ਭਾਲ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

Your follow-up program

ਦੇਖ ਭਾਲ	ਤਾਰੀਖ਼ਾਂ
ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਵਿਜ਼ਟ & ਸੀ.ਈ.ਏ. ਖ਼ੂਨ ਟੈੱਸਟ	3 ਸਾਲਾਂ ਲਈ ਹਰ 3-6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿਚ ਫਿਰ ਅਗਲੇ 2 ਸਾਲਾਂ ਲਈ ਹਰ 6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ
ਕਲੋਨੋਸਕੋਪੀ	ਪਹਿਲੇ ਸਾਲ ਇੱਕ ਵਾਰ ਫਿਰ 3-5 ਸਾਲਾਂ ਵਿਚ ਇੱਕ ਵਾਰ
ਪੇਟ ਅਤੇ ਪੇਡੂ ਦੀ ਇਮੇਜਿੰਗ	5 ਸਾਲਾਂ ਲਈ ਸਾਲ ਵਿਚ 1 ਵਾਰ
ਛਾਤੀ ਦੀ ਇਮੇਜਿੰਗ (ਜੇ ਗੁਦਾ ਦਾ ਕੈਂਸਰ ਹੈ)	5 ਸਾਲਾਂ ਲਈ ਸਾਲ ਵਿਚ 1 ਵਾਰ

ਐਬਸਫ਼ੋਰਡ ਸੈਂਟਰ
32900 ਮਾਰਸ਼ਲ ਰੋਡ
ਐਬਸਫ਼ੋਰਡ, ਬੀ..ਸੀ. V2S 0C2
ਫ਼ੋਨ: 604.851.4710
ਮੁਫ਼ਤ ਫ਼ੋਨ:1.877.547.3777

ਸਿੰਧੀ ਆਹਲੂਵਾਲੀਆ ਹਾਕਿੰਜ਼ ਸੈਂਟਰ
ਦੱਖਣ ਇੰਟੀਰੀਅਰ ਲਈ
399 ਰਾਇਲ ਐਵੀਨਿਊ
ਕਲੋਨਾ, ਬੀ.ਸੀ. V1Y 5L3
ਫ਼ੋਨ: 250.712.3900
ਮੁਫ਼ਤ ਫ਼ੋਨ: 1.888.563.7773

ਫ਼ਰੇਜ਼ਰ ਵੈਲੀ ਸੈਂਟਰ
13750 96ਵੀਂ ਐਵੀਨਿਊ
ਸਰੀ, ਬੀ.ਸੀ. V3V 1Z2
ਫ਼ੋਨ: 604.930.2098
ਮੁਫ਼ਤ ਫ਼ੋਨ: 1.523.2885

ਉੱਤਰ ਲਈ ਸੈਂਟਰ
1215 ਲੇਥਬਰਿਜ ਸਟਰੀਟ
ਪ੍ਰਿੰਸ ਜਾਰਜ, ਬੀ.ਸੀ. V2N 7E9
ਫ਼ੋਨ: 250.645.7300
ਮੁਫ਼ਤ ਫ਼ੋਨ: 1.855.775.7300

ਵੈਨਕੂਵਰ ਸੈਂਟਰ
600 ਵੈੱਸਟ 10ਵੀਂ ਐਵੀਨਿਊ
ਵੈਨਕੂਵਰ ਬੀ.ਸੀ. V5Z 4E6
ਫ਼ੋਨ: 604.877.6000
ਮੁਫ਼ਤ ਫ਼ੋਨ: 1.800.663.3333

ਵੈਨਕੂਵਰ ਆਈਲੈਂਡ ਸੈਂਟਰ
2410 ਲ਼ੀ ਐਵੀਨਿਊ
ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਬੀ.ਸੀ. V8R 6V5
ਫ਼ੋਨ: 250.519.5500
ਮੁਫ਼ਤ ਫ਼ੋਨ: 1.800.670.3322

BC Cancer Agency
CARE + RESEARCH
An agency of the Provincial Health Services Authority

Provincial Health Services Authority
Province-wide solutions. Better health.

British Columbia

Revised March 2015
Punjabi

BC Cancer Agency
CARE + RESEARCH
An agency of the Provincial Health Services Authority

ਦੇਖ ਭਾਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ

ਵੱਡੀ ਆਂਤ (ਕੋਲੋਰੈਕਟਲ) ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ

Follow-up Program

After colorectal Cancer treatments

www.bccancer.bc.ca

ਤੁਸੀਂ ਟੀਮ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੋ!
You are part of the team!

ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਇਲਾਜ ਪੂਰਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦਾ ਸਮਾਂ ਬੜੇ ਸੰਘਰਸ਼ਮਈ ਭਾਵਾਂ ਵਾਲਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਲਾਜ ਪੂਰਾ ਹੋਣ ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਖੁਸ਼ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਪਰ ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਲਈ ਚਿੰਤਤ ਜਾਂ ਫ਼ਿਕਰਮੰਦ ਵੀ ਹੁੰਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਫ਼ਿਕਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹੁਣ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖ ਭਾਲ ਕੌਣ ਕਰੇਗਾ ਜਦੋਂ ਕੈਂਸਰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਹੁਣ ਬਿਲਾਨਾਗਾ ਨਹੀਂ ਦੇਖਣਗੇ।

ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਦੇਖ ਭਾਲ ਬੜੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਟੀਮ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੁੰਦੇ ਹੋਏ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਦੇਖ ਭਾਲ ਵਿਚ ਬੜੀ ਸਰਗਰਮੀ ਨਾਲ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਵੱਡੀ ਆਂਤ ਦੇ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੀ ਦੇਖ ਭਾਲ ਲਈ ਕੁੱਝ ਦਿਸ਼ਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਮੁੱਖ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜੀਵਨ ਸ਼ੈਲੀ ਅਤੇ ਕੈਂਸਰ ਦੁਬਾਰਾ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਸਾਵਧਾਨ ਰਹਿਣਾ।

ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਦਿਸ਼ਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਦੇਖ ਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨਗੇ।

ਤੁਹਾਡੀ ਇਲਾਜ ਵਾਲੀ ਟੀਮ
Your medical team

ਤੁਹਾਡੀ ਡਾਕਟਰੀ ਟੀਮ ਵਿਚ ਕੈਂਸਰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ, ਪਰਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ, ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਅਤੇ ਸ਼ਾਇਦ ਗੈਸਟਰੋਐਂਟੈਰੋਲੋਜਿਸਟ (gastroenterologist).ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਗੇ। ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਮੁੱਖ ਤੌਰ ਤੇ ਦੇਖ ਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਦੇਖ ਭਾਲ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਦੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੋਣਗੇ। ਕੁੱਝ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਦੇਖ ਭਾਲ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਦਾ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੋਵੇਗਾ। ਤੁਹਾਡਾ ਸਰਜਨ ਇਸ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰੇਗਾ।

ਆਮ ਕਲੀਨਿਕਾਂ (walk-in-clinics) ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਨ ਨਾਲੋਂ ਇੱਕ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਦੇਖ ਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪੇਸ਼ਾਵਰ ਦੀ ਦੇਖ ਰੇਖ ਵਿਚ ਰਹਿਣਾ ਬਿਹਤਰ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਡਾ ਕੈਂਸਰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਰਿਪੋਰਟਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦਿੰਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਇਲਾਜ ਪੂਰਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਲਾਜ ਦੀ ਸੰਖੇਪ ਰਿਪੋਰਟ ਵੀ ਭੇਜਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਸਟੈਂਡਰਡ ਦਿਸ਼ਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਹਨ ਪਰ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖ ਭਾਲ ਲਈ ਕੁੱਝ ਖ਼ਾਸ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਜੇ ਕਰ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਕੀਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਿਰੀਖਣ ਜਾਂ ਟੈੱਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਵਿਚ ਚਿੰਤਾ ਵਾਲੀ ਕੋਈ ਗੱਲ ਹੋਈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰ ਕੈਂਸਰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ੱਗ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੇਗਾ।

ਵਿਜ਼ਟ ਲਈ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ
Recommended visits

ਪਹਿਲੇ 5 ਸਾਲ ਆਪਣੇ ਪਰਵਾਰਕ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਹਰ 3-6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ ਮਿਲੋ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਂਚ ਕਰੇਗਾ, ਤੁਹਾਡੇ ਟੈੱਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੀ ਪੜਚੋਲ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਵਿਮਰਸ਼ ਕਰੇਗਾ।

ਪਹਿਲੇ 5 ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਹਰ ਸਾਲ ਮਿਲਦੇ ਰਹੋ।

ਕਾਰਸਿਨੋਜੇਨਿਕ ਐਂਬਰਾਇਓਨਿਕ ਐਂਟੀਜੈਨ (ਸੀ.ਈ.ਏ)
Carcinogenic Embryonic Antigen (CEA)

ਸੀ.ਈ.ਏ. ਟਿਊਮਰ ਦੀ ਨਿਸ਼ਾਨਦੇਹੀ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਟੈੱਸਟ ਹੈ ਜੋ ਟਿਊਮਰ ਦੁਬਾਰਾ ਹੋਣ ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸੀ.ਈ.ਏ. ਦੇ ਵੱਧ ਹੋਣ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਹੋਰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਂਚ ਪੜਤਾਲ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ।

ਸੀ.ਈ.ਏ. ਇਹ ਖ਼ੂਨ ਦਾ ਇੱਕ ਟੈੱਸਟ ਹੈ ਜੋ ਪਹਿਲੇ 3 ਸਾਲ ਹਰ 3-6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਗਲੇ 2 ਸਾਲ ਹਰ 6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ। ਜੇ ਕਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ ਤਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਹ ਟੈੱਸਟ ਕਰਨ ਦਾ ਕੋਈ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ।

ਕਲੋਨੋਸਕੋਪੀ
Colonoscopy

ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਕੀਤੀ ਕਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਬੜੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਇਸ ਨਾਲ ਕੈਂਸਰ ਦੁਬਾਰਾ ਹੋਣ ਕਾਰਨ ਵੱਡੀ ਆਂਤ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੋ ਰਹੀ ਤਬਦੀਲੀ ਦਾ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੈਸਟਰੋਐਂਟੈਰੋਲੋਜਿਸਟ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰਜਨ ਕੋਲ ਕਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਲਈ ਭੇਜਿਆ ਜਾਏਗਾ।

ਇਹ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸਰਜਰੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇੱਕ ਸਾਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਪੂਰੀ ਕਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਕਰਵਾਓ। ਉਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਟੈੱਸਟਾਂ ਦੇ ਪਰਿਣਾਮਾਂ ਦੇ ਅਧਾਰ ਤੇ 3-5 ਸਾਲਾਂ ਬਾਅਦ ਕਲੋਨੋਸਕੋਪੀ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ਾਂ ਵਿਚ ਫ਼ਰਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇ ਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚ ਕੈਂਸਰ ਦੇ ਖ਼ਾਨਦਾਨੀ ਰੋਗ ਲੱਛਣ ਮਿਲੇ ਹੋਣ।

ਇਮੇਜਿੰਗ & ਐੱਕਸਰੇ
Imaging & X-rays

5 ਸਾਲਾਂ ਲਈ ਹਰ ਸਾਲ ਇਮੇਜਿੰਗ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਪੇਟ ਅਤੇ ਪੇਡੂ ਦੀ ਇਮੇਜਿੰਗ ਲਈ ਸੀ.ਟੀ. ਸਕੈਨ ਜਾਂ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਛਾਤੀ ਦੀ ਇਮੇਜਿੰਗ ਲਈ (ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੁਦਾ ਸਬੰਧੀ ਕੈਂਸਰ ਸੀ) ਸੀ.ਟੀ. ਸਕੈਨ ਜਾਂ ਛਾਤੀ ਦਾ ਐਕਸਰੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।